

区分	第 2 体 育 室												
	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1 水													柔道練習会
2 木													田浦流空手道練習会
3 金													柔道練習会
4 土													合気道練習会
5 日													合気道練習会
6 月	8~ 第83回全十勝柔道選手権大会 北陸柔道											和道流空手道練習会	
7 火	休 館 日												
8 水	ふまねっと&いきいき健康体操1								はつらつ高学年				柔道練習会
9 木	ストレッチバリエ①-1							高齢者剣道					田浦流空手道練習会
10 金	不調改善ヨガ①-1							はつらつ幼児					柔道練習会
11 土									RPM				合気道練習会
12 日													合気道練習会
13 月	ヨガ教室①-1			エンジョイエクササイズ①-1					はつらつ低学年				和道流空手道練習会
14 火	休 館 日												
15 水	ふまねっと&いきいき健康体操2								はつらつ高学年				柔道練習会
16 木	ストレッチバリエ②-2					エクササイズサークル							田浦流空手道練習会
17 金	不調改善ヨガ②-2								はつらつ幼児				柔道練習会
18 土	全道少年赤鯉大会予選会			保守									合気道練習会
19 日													合気道練習会
20 月	ヨガ教室②-2			エンジョイエクササイズ②-2					はつらつ低学年				和道流空手道練習会
21 火	休 館 日												
22 水									1 体 に 同 じ				
23 木													1 体 に 同 じ
24 金													1 体 に 同 じ
25 土													1 体 に 同 じ 合気道練習会
26 日													1 体 に 同 じ 合気道練習会
27 月	ヨガ教室③-3			エンジョイエクササイズ③-3					はつらつ低学年				和道流空手道練習会
28 火	休 館 日												
29 水	ふまねっと&いきいき健康体操3								はつらつ高学年				柔道練習会
30 木	ストレッチバリエ③-3					エクササイズサークル							田浦流空手道練習会
31 金	不調改善ヨガ③-3								はつらつ幼児				柔道練習会

区分	第 3 体 育 室													
	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
1 水													卓球練習会	剣道居合道練習会
2 木													卓球練習会	和道流空手道練習会
3 金													卓球練習会	剣道練習会
4 土													卓球練習会	田浦流空手道練習会
5 日													卓球練習会	杖道・居合道練習会
6 月	2 体 に 同 じ											2体に同じ	卓球練習会	
7 火	休 館 日													
8 水													卓球練習会	剣道居合道練習会
9 木													卓球練習会	和道流空手道練習会
10 金													卓球練習会	剣道練習会
11 土													卓球練習会	田浦流空手道練習会
12 日													卓球練習会	杖道・居合道練習会
13 月	卓球練習会													
14 火	休 館 日													
15 水													卓球練習会	剣道居合道練習会
16 木													卓球練習会	和道流空手道練習会
17 金													卓球練習会	剣道練習会
18 土	2 体 に 同 じ			保守									卓球練習会	田浦流空手道練習会
19 日													卓球練習会	杖道・居合道練習会
20 月	卓球練習会													
21 火	休 館 日													
22 水													卓球練習会	1 体 に 同 じ
23 木													1 体 に 同 じ	1 体 に 同 じ
24 金													1 体 に 同 じ	1 体 に 同 じ
25 土													1 体 に 同 じ	田浦流空手道練習会
26 日													1 体 に 同 じ	杖道・居合道練習会
27 月	卓球練習会													
28 火	休 館 日													
29 水													卓球練習会	剣道居合道練習会
30 木													卓球練習会	和道流空手道練習会
31 金													1 体 に 同 じ	剣道練習会

**使用状況案内の見方**

空白は自由に使用できます

**白** 大会や団体等が貸切で専用使用します

**種目** この種目が優先的に使用できます

**種目** 専門指導員がおります

※この案内は、事前に作成している為、変更になる場合があります。当該日の1週間前には専用使用が確定します。設定種目・自由開放で使用される方は事前にご確認ください。

**使用時の注意事項**

○スリッパ・素足での利用は禁止しています。必ず運動靴（黒い靴底の靴はご遠慮下さい）を持参してください。

○中学生以下の方が午後6時以降使用される場合は保護者及び指導者の同伴が必要となります。

○貴重品等の保管はロッカーを使用するなど各自で責任を持って管理してください。

○用具は各自でご用意ください。卓球ラケット・バドミントンラケットの貸し出し、卓球ボール・バドミントンシャトル・ミニバレーボールの販売も行っています。

○使用後は、用具を元に戻してください。

	使用料	個人券	回数券	1ヶ月券
高校生		90円	450円	900円
高齢者		90円	450円	900円
大人		180円	900円	1,800円

\*回数券・1ヶ月券は総合体育館、帯広の森体育館及び、帯広の森スポーツセンター（夏期）でご利用いただけます。

**=開館時間= 9:00~21:00**  
 =お問い合わせ= 帯広の森体育館 Tel(0155)48-8912  
 ○帯広市南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内  
 \*使用状況案内は、帯広市文化スポーツ振興財団のホームページからもご覧いただけます。



区分	第 2 体 育 室												
	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1 土	1 体 に 同 じ												
2 日	1 体 に 同 じ											合気道練習会	
3 月	ヨガ教室①-4			エクササイズ①-4			はつらつ低学年		和道流空手道練習会				
4 火	休 館 日												
5 水	ふまねっと④		Q-Renボディメンテナンス①			はつらつ高学年		柔道練習会					
6 木	ストレッチパレ①-4			パルシューレ①-1			田浦流空手道練習会						
7 金	不調改善ヨガ①-4						はつらつ幼児		柔道練習会				
8 土	合気道練習会												
9 日	1 体 に 同 じ											合気道練習会	
10 月	ヨガ教室①-5			エクササイズ①-5			はつらつ低学年		和道流空手道練習会				
11 火	休 館 日												
12 水	はつらつサブ		Q-Renボディメンテナンス②			はつらつ高学年		柔道練習会					
13 木	ストレッチパレ①-5			高齢者剣道			田浦流空手道練習会						
14 金	不調改善ヨガ①-5						はつらつ幼児		柔道練習会				
15 土	1 体 に 同 じ											合気道練習会	
16 日	1 体 に 同 じ											合気道練習会	
17 月	1 体 に 同 じ											はつらつ低学年	和道流空手道練習会
18 火	休 館 日												
19 水	はつらつサブ		Q-Renボディメンテナンス③			はつらつ高学年		柔道練習会					
20 木	ストレッチパレ①-6						田浦流空手道練習会						
21 金	不調改善ヨガ①-6						はつらつ幼児		柔道練習会				
22 土	合気道練習会												
23 日	RPM											合気道練習会	
24 月	ヨガ教室①-6			エクササイズ①-6			はつらつ低学年		和道流空手道練習会				
25 火	休 館 日												
26 水			Q-Renボディメンテナンス④			はつらつ高学年		柔道練習会					
27 木	ストレッチパレ①-7			高齢者剣道			田浦流空手道練習会						
28 金	不調改善ヨガ①-7						はつらつ幼児		柔道練習会				
29 土	1 体 に 同 じ											合気道練習会	
30 日	1 体 に 同 じ											合気道練習会	

区分	第 3 体 育 室											
	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 土	1 体 に 同 じ											
2 日	1 体 に 同 じ											杖道・居合道練習会
3 月	卓球練習会											
4 火	休 館 日											
5 水	卓球練習会						剣道居合道練習会					
6 木	卓球練習会				パルシューレ①-1			和道流空手道練習会				
7 金	卓球練習会						剣道練習会					
8 土	卓球練習会											
9 日	1 体 に 同 じ											杖道・居合道練習会
10 月	卓球練習会											
11 火	休 館 日											
12 水	ふまねっと⑤		卓球練習会					剣道居合道練習会				
13 木	卓球練習会						和道流空手道練習会					
14 金	卓球練習会						剣道練習会					
15 土	1 体 に 同 じ											田浦流空手道練習会
16 日	1 体 に 同 じ											杖道・居合道練習会
17 月	1 体 に 同 じ											卓球練習会
18 火	休 館 日											
19 水	卓球練習会						剣道居合道練習会					
20 木	卓球練習会						和道流空手道練習会					
21 金	卓球練習会						剣道練習会					
22 土	卓球練習会						保守		田浦流空手道練習会			
23 日	卓球練習会						保守		杖道・居合道練習会			
24 月	卓球練習会											
25 火	休 館 日											
26 水	卓球練習会						剣道居合道練習会					
27 木	卓球練習会						和道流空手道練習会					
28 金	卓球練習会						剣道練習会					
29 土	1 体 に 同 じ											田浦流空手道練習会
30 日	1 体 に 同 じ											杖道・居合道練習会

**使用状況案内の見方**

- 空白は自由に使用できます
- 大会や団体等が貸切で専用使用します
- この種目が優先的に使用できます
- 専門指導員がおります

**※この案内は、事前に作成している為、変更になる場合があります。当該日の1週間前には専用使用が確定します。設定種目・自由開放で使用される方は事前にご確認ください。**

**使用時の注意事項**

- スリッパ・素足での利用は禁止しています。必ず運動靴（黒い靴底の靴はご遠慮下さい）を持参してください。
- 中学生以下の方が午後6時以降使用される場合は保護者及び指導者の同伴が必要となります。
- 貴重品等の保管はロッカーを使用するなど各自で責任を持って管理してください。
- 用具は各自でご用意ください。卓球ラケット・バドミントンラケットの貸し出し、卓球ボール・バドミントンシャトル・ミニバレーボールの販売も行っています。
- 使用後は、用具を元に戻してください。

使用料	個人券	回数券	1ヶ月券
高校生	90円	450円	900円
高齢者	90円	450円	900円
大人	180円	900円	1,800円

\*回数券・1ヶ月券は総合体育館、帯広の森体育館及び、帯広の森スポーツセンター（夏期）でご利用いただけます。

**=開館時間= 9:00~21:00**  
 =お問い合わせ= 帯広の森体育館 Tel.(0155)48-8912  
 ○帯広市南町南7線56番地7 帯広の森運動公園内  
 \*使用状況案内は、帯広市文化スポーツ振興財団のホームページからもご覧いただけます。

